

Cómo practicar – Juan Cruz Martínez

*Practicar es una importante forma de lograr nuestros objetivos con el instrumento. Sin embargo, si no **organizamos** dicha práctica el estudio puede no ser tan efectivo. Las siguientes son pautas que te van a ayudar a conseguir el máximo beneficio de todas tus sesiones de práctica y a disfrutar más con el hecho de aprender.*

1) **Organizá tus sesiones de práctica.**

Tenés que saber qué cosas querés trabajar y proponerte metas razonables con ellas durante la práctica.

Lo que importa no es cuánto tiempo se estudia, sino qué resultados lograste en el tiempo de estudio.



2) **No practiques demasiadas cosas** en una sola sesión de estudio.

Limitá cada práctica a ver solamente dos o tres conceptos o tareas distintas. Si hubiere más áreas sobre las que quieres trabajar, agendalas para la sesión del día siguiente.

Hacer un estudio “por arriba y para cumplir solamente” puede dejarte conforme con haber estudiado, pero ello realmente no logra ningún resultado a largo plazo.

3) **Dividí el material de estudio** en partes más pequeñas: si tenés que aprenderte 30 variaciones rítmicas, concentrate sólo en 5 el primer día. El segundo día repasas esas 5 y agregas 5 más. El tercer día repasas las 10 ya vistas y agregas 5 más y así...

El último día lo utilizas para repasar toda la serie y hacer con ella un “pulido” final.

4) **Si estudias técnica** de tambor, estudia en un pad alejado de la batería. El instrumento puede muchas veces ser una tentación y desviarte del objetivo de estudio, Cuando estudies técnica, concéntrate en ello solamente. Y una manera muy efectiva de lograrlo es simplemente alejándote del instrumento para estudiar tu técnica. Una vez hecho esto, por supuesto, súbete a la batería y practica allí todos tus ritmos y ejercicios de coordinación, estilos, fills, etc...

5) **Repetición.** La clave para aprenderse algo bien es tocarlo bien, pero repitiéndolo una y otra vez.

- 6) Comenzá lento.** Tu mente digiere los ejercicios y el cerebro envía las señales correctas al cuerpo sólo si son presentadas a una velocidad/tempo confortables para el aprendizaje.

Si te equivocas mucho con un ejercicio, es una señal de que estás practicando demasiado rápido!!

Cuando comiences a ver un ejercicio nuevo, estudialo tan lento como te sea posible. Tocar algo correctamente y lento (y repitiéndolo una y otra vez sin errores) es mucho más beneficioso que tocar algo rápido pero con muchos errores.

Tus músculos memorizan y repiten movimientos que son realizados consistentemente, una y otra vez, de forma repetida. Si comienzas un ejercicio y te equivocas mucho, hazlo más lento.

Comenzando lento y gradualmente incrementando la velocidad vas a aprender y dominar ejercicios y ritmos mucho más fácilmente que si comenzaras rápido desde un principio.

- 7) Tomátelo con calma, paciencia y alegría** y no te abandones a la frustración o el enojo si no podés aprenderte un ejercicio tan rápido como quisieras.

Mira todo el estudio como un proceso gradual. Los bebés no nacen ya sabiendo caminar. Ellos deben caerse primero, luego levantarse por sí mismos, y luego caminar, paso a paso, a través de toda la habitación... y todo el tiempo volviéndose a caer.

Deja que tu aprendizaje evolucione natural, gradualmente. Si lo mantienes a lo largo del tiempo va a suceder la magia!



- 8) No evites estudiar los rudimentos** y golpes básicos de tu instrumento. Al margen de que pueden parecer un poco aburridos al principio, ellos son la base sobre la que se asienta todo lo que harás en el futuro.

Una base sólida significa una casa sólida. Una base débil hace que todo lo que construyas sobre ella sea igual de débil e inseguro.

Mi experiencia como profesor me ha indicado que en el 90% de las veces, los errores son causados por una falencia técnica. Si al ejecutar un ritmo éste no te sale como querés, es muy probable que se deba a que el bombo no tiene la velocidad necesaria, o las manos estén demasiado tensas por falta de ejercitación. Y eso es muy fácil de mejorar: dale 10 -15 minutos de trabajo técnico a tus extremidades por día!

Mis clases en



Ch: Drumstudio2000

- 9) Improvisa y juega con lo aprendido.** La música es un arte creativo. Una vez realizados los ejercicios planteados en tu sesión de estudio, pasa tiempo improvisando, jugando con las ideas de una manera creativa. Esto te da la oportunidad de incorporar las nuevas ideas dentro de tu ejecución, dejando que tu mente creativa se ejercite a sí misma. Recuerda que si los ejercicios no llegan a ser creativamente integrados de esta manera, será difícil que ellos sean parte de tu ejecución habitual.
- 10) Tocá sobre Cds y escuchá música analíticamente.** Una forma divertida de encontrarle utilidad a lo que estudiamos es tocar arriba de discos de bandas que te gusten. Cuando uno toca música, ejercita técnica, coordinación, memoria y creatividad, todo al mismo tiempo. Y lo más importante: ello nos prepara para tener nuestra propia banda el día de mañana.
- 11) Date cuenta de que la recompensa está en el hecho de viajar, y no en la llegada misma.** ¿Porqué estudiamos algo hasta que nos salga bien y luego ya nos metemos en otro objetivo nuevo, distinto y lleno de dificultades? Porque desarrollarse está dentro del proceso de aprendizaje.
- Tocar solamente lo que ya sabes tocar no te provee de nuevos desafíos, se vuelve muy aburrido y no te deja descubrir cosas nuevas. Y así como las personas estamos siempre cambiando, creciendo y evolucionando, así también debe hacerlo nuestra ejecución del instrumento: intentando mejorar día a día.

En síntesis:

- Organizá qué cosas vas a estudiar en cada práctica, y no elijas demasiadas para el mismo día: si son muchas, distribuílas a lo largo de la semana.
- Rápido y mal toca cualquiera. Lo importante es comenzar lento y sin errores, pero repitiendo muchas, muchas veces cada ejercicio.
- Repetir algo lento y buscando la perfección es la única manera de acostumbrar a nuestros músculos a memorizar un ejercicio. La velocidad se aumenta gradualmente, y sólo si el ejercicio está completamente dominado de forma lenta.
- Estudiar con metrónomo puede parecer difícil, pero con paciencia se convierte en un arma vital para enseñarte a colocar tus golpes con precisión y estudiar velocidad.
- No impacientarse. Estudiar es un camino que no se aprende “llegando a la meta”, sino recorriendo paso a paso todo su trayecto.
- Improvisa, juega y deforma e inventa los ejercicios estudiados para incorporarlos a tu ejecución personal... ¡Bienvenido al club de los que intentamos mejorarnos día a día!

Juan Cruz Martínez / 2011